

PENGARUH TERAPI TUGHT STOPPING TERHADAP KEMAMPUAN MENGONTROL HALUSINA PADA PASIEN SKIZOFRENIA

Retno Twistiandayani *, Amila Widati **

*) Universitas Gresik, Fakultas Ilmu Kesehatan, Jl. Arif Rahman Hakim No.2B Gresik, 601122 Email: retnotwist@gmail.com

**) Universitas Gresik, Fakultas Ilmu Kesehatan, Jl. Arif Rahman Hakim No.2B Gresik

ABSTRAK

Masalah kesehatan jiwa atau gangguan jiwa masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia. Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) yang dilakukan Kementerian Kesehatan pada tahun 2007, sedangkan prevalensi gangguan jiwa berat yakni psikosis sekitar 0,46% dari jumlah penduduk Indonesia sekitar 24.708.000 jiwa Halusinasi merupakan Salah satu bentuk gangguan jiwa yang sering terjadi di masyarakat. Kemampuan mengontrol halusinasi merupakan kesanggupan (potensi) menguasai persepsi sensori secara langsung, atau merupakan hasil latihan atau praktek. Salah satu terapi yang digunakan untuk penanganan halusinasi adalah terapi thought stopping. Desain yang digunakan "*Quasi experimental pre-post test with control group*". Penetapan sampel dengan purposive sampling sebanyak 30 pasien rawat jalan di Poli Jiwa RS Kabupaten Gresik. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel independen: terapi thought stopping dan variabel dependen: kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi. Pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi dan wawancara terstruktur. Analisa data dengan menggunakan Wilcoxon Sign Rank Test dengan $p=0,000$ dan taraf signifikansi level 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti bahwa terdapat pengaruh terapi thought stopping terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia di Poli Jiwa RS Kabupaten Gresik. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat di simpulkan bahwa terapi thought stopping mampu meningkatkan kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia. Perawat di Poli Jiwa sebaiknya membuat implementasi asuhan keperawatan pasien halusinasi serta mempunyai alat ukur untuk menilai keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan sehingga dapat diketahui kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi.

Kata Kunci: Terapi thought stopping, Halusinasi, Penderita skizofrenia

Pendahuluan:

Kesehatan jiwa adalah suatu kondisi sehat emosional, psikologis, sosial dan perilaku (Videbeck, 2008). Dengan demikian kondisi sehat jiwa dilihat secara holistik meliputi aspek emosional, psikologis, sosial dan perilaku yang dapat berfungsi sesuai tugas dan perannya dalam kehidupan sehari-hari. Pada pasien gangguan jiwa dengan kasus Schizoprenia selalu diikuti dengan gangguan persepsi sensori; halusinasi (Nasution 2003). Penderita skizofrenia dengan disertai halusinasi akan kesulitan dalam membedakan antara rangsang yang timbul dari sumber internal seperti pikiran, perasaan, sensasi somatik dengan impuls dan stimulus eksternal. Dampak yang dapat ditimbulkan oleh pasien yang mengalami halusinasi adalah kehilangan kontrol dirinya. Dimana pasien mengalami panik dan perilakunya dikendalikan oleh halusinasinya. Dalam situasi ini pasien dapat melakukan bunuh diri (suicide), membunuh orang lain (homicide), bahkan merusak lingkungan. Untuk memperkecil dampak yang ditimbulkan, dibutuhkan penanganan halusinasi yang tepat (Hawari 2009, dikutip dari Chaery 2009). Menurut Stuart and Laraia (2005) intervensi yang diberikan pada pasien halusinasi bertujuan menolong mereka meningkatkan kesadaran tentang gejala yang mereka alami dan mereka bisa membedakan halusinasi dengan dunia nyata dan mampu mengendalikan atau mengontrol halusinasi yang dialami. *Thought stopping* (penghentian pikiran) merupakan salah satu contoh dari teknik psikoterapi kognitif behavior yang dapat digunakan untuk membantu klien mengubah proses berpikir (Tang & DeRubeis, 1999).

Hasil penelitian Simon T.M tahun 2004 di RSJ. DR. Radjiman Widyodiningrat Lawang didapatkan perubahan yang signifikan terhadap kemampuan mengenal realita pada pasien halusinasi yang diberikan TAK stimulasi persepsi halusinasi. Pelayanan pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi di Poli Jiwa RS Kabupaten Gresik belum dilaksanakan secara optimal dan hanya melakukan farmakoterapi saja. Berdasarkan survey awal, jumlah penderita gangguan jiwa di Gresik semakin meningkat. Hasil rekam medik pada 2011 lalu, sebanyak 10 sampai 20 pasien yang melakukan rawat jalan di Poli Jiwa RS Kabupaten Gresik tiap bulannya. Kini, sebanyak 20 sampai 30 pasien yang mendapat

perawatan tiap bulannya jumlahnya meningkat 80-90%. Dari berbagai permasalahan dan penelitian terdahulu, belum pernah menjelaskan pengaruh *thought stopping* terhadap kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi, yang memberikan ketertarikan peneliti melakukan penelitian sejauh mana *thought stopping* dalam memberikan pengaruh terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia di Poli Jiwa RS Kabupaten Gresik.

Methods:

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik deskriptif. Penelitian dilakukan di Poli Jiwa RS Kabupaten Gresik pada bulan Januari 2012. Lokasi ini diambil karena sebagian besar masyarakat berobat kesana dan merupakan poli jiwa yang terbesar di Kabupaten Gresik. Populasi penelitian sebesar 86 pasien skizofrenia yang berobat di Poli Jiwa RS Kabupaten Gresik. Pengambilan subjek menggunakan metode *purposive sampling* sebesar 30 pasien. Kriteria subyek penelitian sebagai berikut: pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi pendengaran, bersedia dilakukan penelitian, tidak mengalami gangguan komunikasi verbal dan penurunan kesadaran. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi yaitu mengamati secara langsung dan wawancara terstruktur terhadap berbagai aktivitas subjek dalam mengontrol halusinasi sebelum dilakukan intervensi. Melakukan intervensi terapi *thought stopping* saat itu juga kepada pasien dan keluarga dalam mengontrol halusinasi selama 15 menit. Pada minggu berikutnya pada saat pasien control, dilakukan observasi dan wawancara terstruktur dalam kemampuan mengontrol halusinasinya. Analisis data yang digunakan adalah analisa kuantitatif dengan menggunakan Wilcoxon Sign Rank Test.

Hasil:

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan proporsi pengaruh kemampuan mengontrol halusinasi sebelum dan sesudah dilakukan terapi *thought stopping* pada pasien skizofrenia.

Tabel Kemampuan Mengontrol Halusinasi Sebelum dan Sesudah Intervensi pada bulan Januari 2012 di Poli Jiwa RS Kabupaten Gresik

Kemampuan Mengontrol Halusinasi	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	N	%	N	%
Baik	3	10	8	26,7
Cukup	12	40	22	73,3
Kurang	15	50	-	-
Total	30	100	30	100
Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,00				

Dari tabel di atas berdasarkan hasil analisis statistik Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, kemampuan mengontrol halusinasi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi thought stopping $p = 0,000$ yang berarti bahwa ada pengaruh terapi thought stopping terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia.

Diskusi:

Pasien Skizofrenia yang mengalami halusinasi sebelum dilakukan terapi thought stopping didapatkan kemampuan mengontrol halusinasi separuhnya dalam kriteria kurang. Halusinasi pendengaran merupakan bentuk yang paling sering dari gangguan persepsi pada klien dengan gangguan jiwa (schizophrenia). Bentuk halusinasi ini bisa berupa suara – suara bising atau mendengung. Tetapi paling sering berupa kata – kata yang tersusun dalam bentuk kalimat yang mempengaruhi tingkah laku klien, sehingga klien menghasilkan respons tertentu seperti : bicara sendiri, bertengkar atau respons lain yang membahayakan. Kurangnya stimulus lingkungan juga akan menjadi penyebab terjadinya halusinasi. Pada saat sebelum dilakukan terapi thought stopping, pasien masih sering marah-marah karena larut dalam menuruti halusinasinya. *Thought stopping* (penghentian pikiran) merupakan salah satu contoh dari teknik psikoterapi kognitif behaviour yang dapat digunakan untuk membantu klien mengubah proses berpikir (Tang & DeRubeis, 1999). Setelah dilakukan terapi, pasien skizofrenia mengalami peningkatan kemampuan dalam mengontrol halusinasinya, hampir seluruh responden bisa mengontrol halusinasi dengan cara menghardik halusinasi, mengatakan stop dan mengusir halusinasi tersebut. Dasar dari teknik ini adalah secara sadar memerintah diri

sendiri, “stop!”, saat mengalami pemikiran negatif berulang, tidak penting, dan *distorted*. Kemudian mengganti pikiran negatif tersebut dengan pikiran lain yang lebih positif dan realistis. Dalam penelitian ini sering terjadi kesulitan, karena kesulitan pasien untuk berkonsentrasi pada kegiatan terapi ini.

Conclusion:

Terapi thought stopping memberikan pengaruh yang bermakna terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia. Diharapkan dapat meningkatkan pelaksanaan terapi thought stopping dengan memperhatikan indikasi klien yaitu klien yang sudah mendapatkan asuhan keperawatan halusinasi serta membuat standar asuhan keperawatan dalam mengontrol halusinasi yang tepat. Setelah pemberian terapi tetap melaksanakan evaluasi dan follow up melalui jadwal kegiatan harian terhadap kemampuan pasien mengontrol halusinasi.

Daftar Pustaka:

- Brammer, L.M dan Everett L.S. (2001). *Therapeutic Psychology: Fundamental Counselling and Psycoteray*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Burns, D.D. (1998). *Terapi Kognitif. Pendekatan Baru Bagi Penanganan Depresi* (Alih Bahasa Santoso). Jakarta: Erlangga.
- George R.I.R dan Cristiani, TS. (2001). *Theory, Methods and Process Of Counseling and Psycoterapy*. Englewood Cliffs. New Jersey: Prentice Hall.
- Hawari (2009) *Manajemen Stres, Cemas & Depresi*. Jakarta: FKUI.
- Lazarus & Post. (1978). Filedunder : Psikologi dan Jiwa creasoft @3:47pm April 16,2002
- Stuart and Laraia. (2005). *Principles and Practice of psychiatric nursing*. Editon 8. Missouri: Mosby, Years Book.
- Tang & DeRubeis. (1999). *Sudden Gains in Cognitive Therapy of Depression and Depression Relapse/Recurrence*. Journal of Consulting and Clinical Psychology. 2007, Vol. 75, No. 3, 404 -408.
- Videbeck. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.